

Penyuluhan Dan Pelatihan Ramuan Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh

Indri Kusuma Dewi^{1*}, Aldora Salwa Salsabila², Anisa Alfi Mahmudah³,
Corry Ervadilla Widiarsari⁴, Farah Salsabila A'isyi⁵, Ghoffarida
Alkogajeva⁶, Larissa Amanda⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Surakarta
*Email: indri.kusumadewi@gmail.com

Abstract

Background: Indonesia ranks 14th with COVID-19 cases in the world. The immune system could be a bulwark against COVID-19. Exercise, balanced nutrition, and herbal deformity is way to maintain and improve the work of the immune system. The immune system could be increase with a potential of ginger, turmeric, lime, and galangal. This training aims to train mothers of family empowerment and welfare in RT 02/RW 09 Danguran Village about traditional ingredients to increase endurance. **Methods:** Training on immune-enhancing ingredients to mothers of family empowerment and welfare by Pharmacy students from the Health Polytechnic of the Ministry of Health of Surakarta on Friday 11 February 2022 at RT 02/RW 09, Danguran Village, South Klaten, and a T-test was carried out with the result of pretest and post test. **Results:** The pre-test result was 84.23% and the post-test was 95.38% with the t-test result was 0.02. These results indicate a significant change in knowledge between before and after being given training because t-count <0.05. **Conclusion:** There is an increase in the knowledge of mothers of family empowerment and welfare RT 02/ RW 09 Danguran Village about traditional ingredients to increase endurance.

Keywords: covid-19, imun booster, traditional herbs;

1. PENDAHULUAN

Menurut WHO menyatakan COVID-19 sebagai pandemi di dunia (Yulianis *et al.*, 2021). COVID-19 adalah jenis virus yang muncul pertama kali di Wuhan dan muncul pertama kali di Indonesia sebanyak 2 kasus yang diduga tertular dari warga negara asing yang berkunjung ke Indonesia pada 2 Maret 2020. Indonesia menempati peringkat ke 14 sebagai negara dengan kasus terbanyak di seluruh dunia.

Kasus kematian akibat COVID-19 sebanyak 26.494 kasus yang telah menginfeksi ke- 199 negara (Rahmawati *et al.*, 2021). Data 8 Februari 2022 menunjukkan kasus COVID-19 di Indonesia bertambah 37.492 dan total kasus konfirmasi positif 4.580.093 (Sucipto, 2022). COVID-19 memberikan dampak bagi Indonesia baik segi politik, ekonomi, sosial, budaya, pertahanan dan keamanan serta kesejahteraan masyarakat. Situasi ini memerlukan suatu rencana dan upaya untuk menangani kasus COVID-19. Meningkatkan ketahanan masyarakat menjadi salah satu upaya dalam pengendalian dan pencegahan kasus COVID-19 dengan meningkatkan kesehatan tubuh perseorangan (Yulianis *et al.*, 2021).

Imun tubuh yang kuat menjadi salah satu pertahanan untuk menghadapi COVID-19. Tingkat daya tahan tubuh serta penyakit penyerta seseorang memberikan pengaruh terhadap besar kecilnya potensi terinfeksi COVID-19. Olahraga, makanan gizi seimbang dan pengonsumsian tanaman herbal adalah salah satu upaya meningkatkan dan mempertahankan kinerja dari sistem imun tubuh (Rahmawati *et al.*, 2021).

Kebiasaan hidup sehat dapat meningkatkan daya tahan tubuh seperti hidup bersih, mengonsumsi makanan bernutrisi baik ditambah pengonsumsian suplemen atau ramuan tradisional (Yulianis *et al.*, 2021). Penelitian Tumbuhan Obat dan Jamu tahun

2017 menyebutkan bahwa Indonesia memiliki 2.848 spesies tumbuhan obat dan 32.014 ramuan obat. Obat tradisional berpotensi dalam upaya peningkatan dan pencegahan, terutama menjaga kekebalan tubuh (Prihandiwati & Rahim, 2021). Ramuan tradisional yang berpotensi dalam peningkatan daya tahan tubuh yaitu jahe, kunyit, jeruk nipis, dan lengkuas (Kementerian Kesehatan R.I, 2020).

Sebanyak 2% minyak atsiri terkandung dalam jahe. Zat aktif yang terkandung pada minyak atsiri, antara lain: *shogaol*, *gingerol*, *zingeron* dan senyawa antioksidan lainnya yang bermanfaat untuk mengobati dan menangkal berbagai penyakit seperti masuk angin, batuk, pusing, pegal – pegal, rematik, mual, impoten, alzheimer, kanker dan jantung. Kandungan *shogaol* dan *gingerol* pada jahe bermanfaat untuk meningkatkan daya tahan tubuh (Aryanta, 2019).

Jeruk adalah buah segar dengan kandungan vitamin C yang baik untuk mempertahankan imun tubuh dan memiliki potensi sebagai antioksidan yang dapat menangkal radikal bebas dalam tubuh (Ivakdalam & Rehena, 2019). Kunyit adalah jenis rimpang yang banyak dibudidayakan dan banyak dimanfaatkan sebagai rempah serta memiliki banyak manfaat untuk kesehatan. Senyawa kurkumin pada kunyit bermanfaat sebagai antiradang, antikanker serta mampu meningkatkan daya tahan tubuh yang dibutuhkan di masa pandemi (Li *et al.*, 2011). Lengkuas juga berkhasiat untuk meningkatkan imun tubuh. Lengkuas memiliki kegunaan sebagai tonikum yang mampu memberikan tambahan energi untuk tubuh (Haqim, 2013).

Kegiatan ini berbeda dengan pelatihan yang dilakukan sebelumnya baik dari sasaran dan kegiatan dari pelatihan. Sasaran dari penyuluhan kali ini yaitu Ibu – Ibu PKK RT 02/ RW 09 Desa Danguran. Sedangkan kegiatan yang dilakukan tidak hanya penyampaian materi mengenai khasiat dari masing – masing bahan namun mengajak para peserta untuk membuat resep ramuan tradisional. Kegiatan ini bertujuan agar para peserta tidak hanya melihat bagaimana cara pembuatan ramuan tradisional, namun juga mempraktikkan langsung.

Upaya pengembangan kesehatan tradisional dapat dilakukan dengan peran masyarakat secara aktif dalam pemberdayaan dan mendorong masyarakat untuk memanfaatkan obat tradisional berupa jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT) serta fitofarmaka. Upaya tersebut menjadi upaya yang efektif untuk meningkatkan daya tahan tubuh untuk menjaga kondisi tubuh di masa pandemi saat ini (Kementerian Kesehatan R.I, 2020). Tujuan pelatihan yang dilakukan di RT 02/ RW 09 Desa Danguran Klaten bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu – Ibu PKK RT 02/ RW 09 Desa Danguran mengenai ramuan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Daya Tahan Tubuh

Peningkatan imun tubuh adalah salah satu cara untuk mencegah infeksi COVID-19 pada seluruh individu termasuk mereka yang rentan akan terinfeksi. Daya tahan tubuh adalah pertahanan terbaik yang mendukung kemampuan alami tubuh untuk melawan COVID-19 (Galanakis, 2020). Sistem imun tubuh merupakan sistem yang kompleks yang saling terhubung yang mulai dari sel, jaringan, organ dan mediator untuk mempertahankan tubuh seseorang dari ancaman benda asing yang dapat merugikan tubuh. Terdapat dua macam sistem imun tubuh yaitu kekebalan alami dan kekebalan adaptif.

Leukosit atau makrofag berupa sel – sel pembunuh alami yang merupakan sistem kekebalan alami, sedangkan limfosit (T & B) dengan penghasil antibodi sebagai respon

imun yang merupakan golongan sistem kekebalan adaptif. Reaksi imun alami dan reaksi imun adaptif pada keadaan tubuh yang baik akan bekerja untuk mempertahankan daya tahan tubuh (BPOM, 2020).

2.2 Tanaman Herbal Peningkat Imun

Peningkatan daya tahan tubuh dapat dilakukan dengan mengonsumsi ramuan herbal, suplemen dan vitamin yang bermanfaat sebagai peningkat daya tahan tubuh atau immunomodulator. Terdapat beberapa cara untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh selama pandemi agar tetap sehat yakni dengan mengonsumsi makanan yang seimbang dan minum secara rutin serta aktif baik fisik maupun mental sehingga cukup untuk menjaga sistem kekebalan tubuh. Ramuan tradisional atau jamu dapat mampu dijadikan pilihan untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh.

Jamu merupakan obat herbal tradisional Indonesia yang sudah digunakan selama berabad - abad di kalangan masyarakat Indonesia untuk pengobatan berbagai penyakit dan menjaga kesehatan tubuh. Meskipun banyak masyarakat yang menggunakan obat konvensional, jamu atau ramuan tradisional masih digemari masyarakat baik di daerah pedesaan dan perkotaan (Elfahmi *et al.*, 2014).

Beberapa tanaman yang dapat digunakan menjadi jamu yang bermanfaat sebagai peningkat imunitas tubuh seperti temulawak, kunyit, dan jahe. Bahan utama tersebut dapat ditambahkan bahan lain untuk meningkatkan citarasa dan memberikan aroma yang dapat meningkatkan selera seperti gula aren, serai dan kayu manis (Kusumo *et al.*, 2020). Menurut Goulart (1995) dalam Kusumo dkk. (2020), Jahe (*Zingiber officinale*) merupakan tanaman rempah atau herbal yang berasal dari Asia Selatan, dan sekarang telah tersebar ke seluruh dunia yang dapat digunakan dan bermanfaat sebagai peningkat imunitas tubuh.

Jahe dapat digunakan sebagai obat herbal, hal ini dikarenakan jahe mengandung minyak atsiri dengan senyawa kimia aktif, yang memiliki khasiat dalam mencegah dan mengobati berbagai penyakit. Senyawa kimia aktif yang terkandung dalam jahe memiliki sifat antiradangan dan antioksidan seperti gingerol, *beta-caroten*, *capsaicin*, *cafeic acid*, *curcumin* dan salisilat (Shan & Iskandar, 2018).

3. DESAIN PENELITIAN

Penyuluhan dan pelatihan ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 11 Februari 2022 yang dimulai pukul 15.30 sampai dengan selesai di rumah Ketua RT 02/ RW 09 Desa Danguran. Sasaran dalam penyuluhan dan pelatihan ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh ini adalah Ibu-ibu PKK RT 02/RW 09 Desa Danguran. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan sebanyak 26 orang. Instrument yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat berupa kuisioner yang berisi 10 pertanyaan tertutup.

Pelatihan diawali dengan penyampaian materi mengenai pencegahan COVID – 19, khasiat masing – masing bahan dan cara pembuatan ramuan tradisional yang disampaikan menggunakan *power point*. Kemudian dilanjutkan dengan membuat ramuan tradisional bersama RT 02/ RW 09 Desa Danguran yang sebelumnya sudah disiapkan ramuan tradisional yang sudah packing untuk sekali minum. Observasi lapangan dilakukan melalui koordinasi dengan Ketua RT untuk menginformasikan dan menghimbau para Ibu-ibu PKK RT 02/ RW 09 Desa Danguran untuk dapat mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini.

Adapun metode yang digunakan pada kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini adalah sebagai berikut :

- a. *Pre-test*: Pengukur pengetahuan awal peserta tentang ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh menggunakan kuisioner.
- b. Melakukan pelatihan membuat ramuan: Melakukan praktik membuat ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh menggunakan resep ramuan yang telah dipraktikkan sebelumnya. Pelatihan dilakukan dengan membuat ramuan yang kemudian diikuti oleh peserta penyuluhan dan pelatihan.
- c. *Post-test*: Pengukur kembali pengetahuan peserta tentang ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh menggunakan kuisioner yang sama.

Hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian dianalisis menggunakan SPSS yaitu *T-test*. Uji normalitas menghasilkan angka signifikan sebesar 0,096. Hasil menunjukkan data tersebar secara normal karena hasil > 0,05.

4. HASIL PENELITIAN

Penyuluhan merupakan kegiatan informal yang mampu mengubah pola pikir masyarakat menuju keadaan yang lebih baik (Notoatmodjo, 2012). Penyuluhan tentang ramuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dilakukan di RT 02/ RW 09 Desa Danguran Klaten Selatan, Klaten, Jawa Tengah memiliki tujuan sebagai media bagi masyarakat untuk lebih mengenal resep ramuan tradisional untuk peningkat imun tubuh yang dibutuhkan dimasa pandemi.

Target dari kegiatan pelatihan masyarakat ini adalah adanya perubahan psikomotorik dimana Ibu – Ibu PKK memiliki kemampuan atau keahlian dalam membuat ramuan tradisional sehingga dapat diimplementasikan ke dalam kehidupan sehari – hari di masa pandemi. Kegiatan diawali dengan pengenalan dan dilanjutkan dengan pengisian lembar *informed concent* dan Lembar *pre-test*. Selanjutnya pemberian materi dan pelatihan yang berlangsung selama kurang lebih 45 menit dan pada akhir sesi pemateri maupun pelatihan memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan.

Akhir dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini adalah dengan memberikan soal *post-test* untuk menganalisis adanya perubahan pengetahuan Ibu – ibu PKK sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
20 – 30	2	7,69
31 – 40	4	15,38
41 – 50	9	34,62
51 – 60	9	34,62
>60	2	7,69
Jumlah	26	100
Pekerjaan		
Penjahit	1	3,85
Buruh	4	15,39
Karyawan swasta	1	3,85
Wiraswasta	1	3,85
Guru	1	3,85
Ibu rumah tangga	18	69,23
Jumlah	26	100

Berdasarkan data tabel 3, umur responden terbanyak adalah sebesar 34,62% dengan rentang usia 41- 50 dan 51 – 60 tahun. Usia dapat mempengaruhi pengetahuan, Hal ini terjadi dimana pengetahuan seseorang akan semakin baik seiring dengan semakin bertambahnya usia dan kemampuan daya tangkap serta pola pikir orang tersebut (Simamora, 2019). Ibu rumah tangga menjadi pekerjaan paling banyak dengan persentase sebesar 69,23%.

Menurut Ramli (2020), pekerjaan pada dasarnya memberikan pengalaman dan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang memiliki pekerjaan akan sering berkomunikasi dengan orang lain dan akan mempengaruhi keputusan yang akan diambil (Husnawati *et al.*, 2015).

Tabel 2. Data Frekuensi Berdasarkan Kategori Pengetahuan

Tingkat pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Sebelum penyuluhan		
Baik	23	88,46
Sedang	3	11,54
Kurang	1	3,85
Jumlah	26	100
Setelah penyuluhan		
Baik	26	100
Sedang	0	0,00
Kurang	0	0,00
Jumlah	26	100

Hasil data frekuensi menunjukkan sebelum penyuluhan didapatkan hasil dalam kategori baik sebesar 88,46% sebanyak 23 responden, kategori sedang sebesar 11,54% sebanyak 3 responden dan kategori kurang sebesar 3,85% sebanyak 1 responden. Sedangkan setelah penyuluhan dan pelatihan diberikan, didapatkan hasil dengan kategori baik sebesar 100% sebanyak 26 responden dimana terjadi peningkatan pengetahuan pada responden setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan mengenai ramuan tradisional.

Tabel 3. Persentase Hasil Jawaban yang Benar pada Kuesioner Pre-Test dan Post-Test

Pernyataan	Pre-test (%)	Post-test (%)	Kenaikan (%)
Ramuan tradisional bisa meningkatkan daya tahan tubuh	96,15	100	3,85
Kandungan gliserol dalam jahe mampu meningkatkan sistem imun tubuh	100	100	0,00
Kandungan kurkumin dalam jahe menyebabkan turunnya daya tahan tubuh	69,23	84,61	15,38
Vitamin C yang terkandung dalam jeruk dapat meningkatkan daya tahan tubuh	100	100	0,00
Konsumsi air mineral hanya 1 gelas sehari dapat menjaga imunitas tubuh	84,46	100	15,54
Daya tahan tubuh dapat menurun karena konsumsi serat yang cukup	84,61	88,46	3,85

Pernyataan	Pre-test (%)	Post-test (%)	Kenaikan (%)
Porsi makan yang sedikit mampu menurunkan daya tahan tubuh	46,15	92,31	46,16
Tonikum pada lengkuas mampu menambah energi pada tubuh	88,46	100	11,54
Mengonsumsi serat yang cukup mampu menurunkan daya tahan tubuh	80,77	92,31	11,54
Mengonsumsi jamu dapat meningkatkan daya tahan tubuh	92,31	100	7,69

Tabel 3. menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan responden sebelum dan setelah penyuluhan melalui media *leaflet*, ceramah dan demonstrasi. Peningkatan pengetahuan responden paling besar terjadi pada nomor 7 sebesar 46,16%. Sedangkan pada nomor 2 dan 4 memiliki persentase sebesar 100% yang menunjukkan bahwa secara keseluruhan responden telah mengetahui bahwa kadungan gliserol pada jahe dan vitamin C pada jeruk nipis mampu meningkatkan daya tahan tubuh.

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan memberikan pemaparan materi baik melalui *power point*, *leaflet* serta pelatihan terjadi kenaikan sebanyak 11,15%. Kenaikan ini menunjukkan bahwa meningkatnya pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan. Berdasarkan hasil uji t menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,020. Uji t menunjukkan hasil signifikan apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $t_{hitung} < 0,05$ dan menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kedua variabel dan sebaliknya (Rosvita et al., 2017).

Hasil uji T membuktikan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan tentang pengetahuan responden dikarenakan hasil signifikansi $0,02 < 0,05$. Faktor pendukung meningkatnya pengetahuan pada kegiatan penyuluhan yaitu faktor pekerjaan, pendidikan dan usia. Menurut Wawan dan Dewi (2010) menjelaskan terdapat faktor lain penyebab meningkatnya pengetahuan seseorang meliputi sosial budaya dan lingkungan yang memadai.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang telah dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu – ibu PKK RT 02/RW 09 Desa Danguran Klaten Selatan mengenai ramuan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh, didapat disimpulkan hasil *pre-test* dihasilkan sebesar 84,23% berkategori baik dengan kategori kurang sebanyak 1 responden dan kategori sedang sebanyak 3 responden. Hasil *post-test* dihasilkan sebesar 95,38% dengan kategori baik sebanyak 26 responden. Dan adanya pengaruh yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan sebesar 0,02.

Penyuluhan dan pelatihan ini diharapkan dapat diterapkan oleh Ibu – ibu PKK untuk membuat dan mengonsumsi ramuan tradisional peningkatan daya tahan tubuh baik di lingkungan keluarga maupun dilingkungan sekitar. Dan hasil dari pelatihan ini diharapkan dapat memberikan informasi terhadap masyarakat akan pentingnya ramuan tradisional untuk peningkat daya tahan tubuh.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada Ibu – ibu

PKK RT 02/RW 09 Desa Danguran Klaten Selatan yang telah mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan serta Bapak dan Ibu Ketua RT 02 Desa Danguran Klaten Selatan yang telah mengizinkan dan menyediakan tempat untuk kegiatan penyuluhan dan pelatihan ramuan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh.

7. DAFTAR RUJUKAN

- Aryanta, I. (2019). Manfaat Jahe untuk Kesehatan. *E-Jurnal Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43.
- BPOM. (2020). Buku Saku: Obat Tradisional Untuk Daya Tahan Tubuh. *Badan Pengawas Obat Dan Makanan. Jakarta*.
- Elfahmi, Woerdenbag, H. J., & Kayser. (2014). Jamu: Indonesian Traditional Herbal Medicine Towards Rational Phytopharmacological Use. *Journal of Herbal Medicine*, 4(2), 51–73.
- Galanakis, C. M. (2020). The Food Systems in the Era of the Coronavirus (COVID-19) Pandemic Crisis. *Foods*, 9(4), 523.
- Haqim, L. N. (2013). Uji Aktivitas Tonikum Ekstrak Etanol Rimpang Lengkuas Merah (*Alpinia purpurata* K. Schum) dan Lengkuas Putih (*Alpinia galanga* L.) pada Mencit Jantan. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang
- Husnawati, Fernando, A., Pratami, A. A., & Aryani, F. (2015). Gambaran Pengetahuan Klien tentang Swamedikasi di Apotek – Apotek Pekanbaru. *Jurnal Perkembangan Terkini Sains Farmassi Dan Klinik*, 5.
- Ivakkdalam, L. M., & Rehena, Z. (2019). Pengaruh Rendaman Jeruk Nipis (*Citrus aurantifolia*) terhadap Kandungan Vitamin C dan pH Minuman Infused Water. *Jurnal Agribisnis Perikanan*, 12(2), 344–349.
- Kementerian Kesehatan, R. I (2020). Surat Pemanfaatan Obat Tradisional untuk Pemeliharaan Kesehatan. *Pencegahan penyakit, dan Perawatan Kesehatan*.
- Kusumo, R., Wiyoga, Y., Perdana, P., Khairunnisa, I., Suhandi, I., & Prastika, S. (2020). Tingkatan Imunitas Tubuh Secara Alami Selama Pandemi. *Jurnal Layanan Masyarakat*, 4(2), 465–471.
- Li, S., Yuan, W., Deng, G., Wang, P., Yang, P., & Aggarwal, B. B. (2011). Chemical Composition and Product Quality Control of Turmeric (*Curcuma longa* L.). *Pharmaceuti Crops*, 2, 28–54.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Prihandiwati, E., & Rahim, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Di Desa Tatah Layap, Martapura, Kalimantan Selatan. *Jurnal Bakti Untuk Negeri*, 1(1), 33–37.

- Rahmawati, T., Ananda, M., Lubis, A. F., Sanusi, & Mudzakir, J. (2021). Peningkat Imunitas di Era Pandemi COVID-19 Melalui Penyuluhan Ramuan Herbal Empon – Empon di Kampung Serua Poncol RT 001 RW 005. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–2.
- Ramli, R. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Status Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Sidotopo, *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*. 8(1). 36-46.
- Rosvita, V., Setyowati, E., & Fanani, Z. (2017). Pengaruh Budaya Organisasi terhadap Kinerja Karyawan. *Indonesia Jurnal Farmasi*. 2(1), 14–20.
- Shan, C. Y., & Iskandar, Y. (2018). Studi Kandungan Kimia dan Aktivitas Farmakologi Tanaman Kunyit (*Curcuma longa*, L). *Farmaka Suplemen*, 6(2), 547–555.
- Simamora, R. H. (2019). Pengaruh Penyuluhan Identifikasi Pasien dengan Menggunakan Media Audiovisual terhadap Pengetahuan Pasien Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 342–351.
- Sucipto, T. I. (2022, Februari 9). Medcom.id: 8 Februari Kasus Covid -19 Bertambah 37.492 dan 10.078 Pasien Sembuh. Diperoleh dari <https://www.medcom.id/nasional/peristiwa/8N0GZMOK-8-februari-kasus-covid-19-bertambah-37-492-dan-10-078-pasien-sembuh>. Diakses tanggal : 9 Februari 2022.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2010). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.
- Yulianis, Dewi, R., Meirista, I., Permatasari, J., Handriyati, A., & Andriani, M. (2021). Sosialisasi tentang Sehat dengan Obat Tradisional dan Suplemen Kesehatan di Masa New Normal COVID-19. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 48–56.